

Заведующий «Детский сад № 93 «Дюймовочка»

УТВЕРЖДАЮ
Н.А. Котеленец
19 июня 2024



Режим дня средней группы (4-5 лет)

Длительность пребывания детей в группе: 10,5 часов

Сезон года: холодный

Режимные мероприятия		Время
наименование	содержание	
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия Игры детей	07.30-08.20
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08.20- 08.30
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	08.30-09.00
Образовательная нагрузка	Образовательная деятельность	09.00-09.20
Перерыв	Физкультурные минутки	09.20 -09.40
Образовательная нагрузка	Образовательная деятельность	09.40-10.00
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	10.10-10.30
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка: подвижные игры Возвращение с прогулки: переодевание	10.30-12.00
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	12.10-12.40
Дневной сон	Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; Дневной сон; Пробуждение: постепенный подъем, переодевание	12.40- 15.10
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	15.10- 15.25
Самостоятельная деятельность	Отдых, игры	15.25-16.00
Ужин	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	16.00- 16.30
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка	16.30-18.00